

献立表

現 場:サンホームふじみ
期 間:2019/4/1~2019/4/15

| | 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|----|----|---|--|--|---|--|---|
| | | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 朝食 | | 御飯 高野豆腐合め煮 そばろ 味噌汁(シメジ、玉葱) | 御飯 ツナと大根の旨煮 青滝苔納豆 味噌汁(葱、豆腐) | 御飯 きのこ野菜の煮物 桜ごんぶ 味噌汁(小松菜、麩) | 御飯 ブロッコリとへーコンの煮物 ミニオムレツ 味噌汁(トロコフ、ジャガイモ) | 御飯 五目きんぴら オクラ納豆 味噌汁(玉葱、ワカメ) | 御飯 アサヒと小松菜の煮物 ウインナー 味噌汁(里芋、葱) |
| 昼食 | | かけうどん ふんわり天 胡麻豆腐 ブロッコリー和え物 | 豆ごはん 鰯の照り焼き 車麩と茄子の煮物 ポテトサラダ みかん 味噌汁(油揚げ、かぶ) | 御飯 親子煮 春野菜のサラダ うぐいす豆 フルーツヨーグルト 味噌汁(大根、アサリ) | 御飯 麻婆春雨 キャベツとササミの和え物 かに焼売 キウイとモモ にらのスープ | 御飯 いどよりの野菜あん ブロッコリーの炒め 春野菜の即席漬け バナナ 豆腐のスープ | 山菜そば 玉子の袋煮 白和え |
| 夕食 | | 麦入り御飯 サバの味噌煮 三色ビーマン炒め 長芋とろろ | 御飯 豚豚 菜花の和え物 ザーサイ | 御飯 茄子豚肉ビーマン味噌炒め さつまも甘煮 野菜の和風和え | ひき御飯 肉じゃが ミニ豆腐 ほうれん草のごま和え | 御飯 鶏唐揚げ 青梗菜の煮びたし トマトサラダ | 麦入り御飯 豚肉と野菜の炒め煮 春雨のマヨネーズサラダ めかぶとろろ |
| 3時 | | 喫茶室ポピー | 飲み物 | 選べるおやつ | きんつば | お好み焼き | 胡麻豆腐黒蜜がけ |
| | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 |
| 朝食 | | 御飯 ソーセージと野菜の煮物 玉子焼き 味噌汁(大根、キャベツ) | 御飯 切干大根の炒め煮 葱納豆 味噌汁(豆腐、わかめ) | 御飯 ひき五目煮 玉子焼き 味噌汁(葱、エノキ) | 御飯 五目豆 ししゃも甘露煮 味噌汁(油揚げ、玉葱) | 御飯 ビーマンとソーセージの炒め煮 納豆山かけ 味噌汁(トロコフ、大根) | 御飯 野菜のコンソメ煮 ミートオムレツ 味噌汁(豆腐、葱) |
| 昼食 | | ハヤシライス ブロッコリーとえびのサラダ レタスとワカメのスープ | 御飯 ポテトコロケ 筈と肉団子の煮物 漬物(たくあん) りんご 菜花のスープ | 御飯 白身魚のムニエル カリフラワーのサラダ ミニオムレツ フルーツボンチ きのこのスープ | 御飯 豚肉と玉葱の炒め 薩摩芋の小豆煮 漬物(桜漬) いちご ホウレンソウとシメジの澄汁 | 御飯 豆腐ハンバーグ マッシュポテト 菜の花とトマトのサラダ バナナ 味噌汁(なめこ、ふ) | 御飯 鰯のおろしソースがけ ふき土佐煮 胡瓜とワカメの和え物 みかん 豆腐と玉子のスープ |
| 夕食 | | 御飯 鮭の蒸し焼き 小松菜の炒め 南瓜の煮物 | 御飯 豚肉のオロシソースがけ マカロニサラダ のり佃煮 | 御飯 海老と豆腐のチリソース 春雨の中華和え 野菜焼売 | 御飯 鶏肉と野菜の煮物 玉子とろろ キャベツの和え物 | 御飯 豚肉と青梗菜の中華炒め 厚揚げ甘辛煮 野沢菜漬け | 御飯 赤魚の南蛮漬け 小松菜の煮びたし 塩昆布とキャベツの和え物 |
| 3時 | | 薩摩芋と林檎甘煮 | 喫茶室ポピー | 飲み物 | 洋菓子 | 煎餅 | おまんこ餅 |
| | 14 | 15 | | | | | |
| 朝食 | | 御飯 4色きんぴら イワシ生姜煮 味噌汁(シメジ、玉葱) | 御飯 高野豆腐と里芋の煮物 ウインナー 味噌汁(大根、ナメ) | | | | |
| 昼食 | | かけうどん えびしんじょう カニカマと大根のサラダ 温泉たまご | 御飯 白身魚のあんかけ きんぴらごぼう 小松菜からし和え キウイとモモ 味噌汁(あさり、豆腐) | | | | |
| 夕食 | | 御飯 どんかつ ごぼうとハンパンの煮物 菜の花のサラダ | 御飯 鶏つくね ツナとジャガイモの煮物 オクラとトマトのサラダ | | | | |

| | | | | | | | |
|--------|-----------|--------|--|--|--|--|--|
| 3 時 | フルーツヨーグルト | 喫茶室ホビー | | | | | |
|--------|-----------|--------|--|--|--|--|--|